

HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN PROKRASTINASI

TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai Salah
satu persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



Devara Angki Diantha Raimon

NIM : 201410230311222

**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH MALANG 2020**

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Devara Angki Diantha Raimon

Nim : 201410230311222

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 15 April 2020

dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan

**memperoleh gelar Sarjana (S1) Psikologi
Universitas Muhammadiyah Malang**

SUSUNAN DEWAN PENGUJI :

Ketua/Pembimbing I,

Sekretaris/Pembimbing II,

Dr. Nida Hasanati, M. Si.

Uun Zulfiana, S.Psi, M.Psi.

Anggota I

Anggota II

Tri Muji Ingarianti, S. Psi, M. Psi

Ahmad Sulaiman, S.Psi., M.Ed (CPEP)

Mengesahkan

D e k a n,

Muhamad Salis Yuniardi, M.Si., Ph.D



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Raya Tenggono No. 254 Telp. (0341) 464318 - 319 Fax. (0341) 460782 Malang 65144 Indonesia
Email : psikologi@ummalang.ac.id Website : psikologi.ummalang.ac.id

SURAT KETERANGAN

TANDA MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini menerangkan bahwa:

Nama : DEVARA ANGKI DIANTHA RAIMON
NIM : 201410230311222
Program Studi : PSIKOLOGI
No. Telp : 081233832456
Judul skripsi : HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN PROSKASTIASI
TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA

Skripsi tersebut telah diperiksa dan diujikan pada tanggalserta telah diperbaiki
sebagaimana mestinya.

15 APRIL

Demikian surat keterangan ini dibuat.

15 APRIL

Malang, 2020

Ketua Prodi,

Susanti Prasetyaningrum, M.Psi



SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Devara Angki Diantha Raimon
NIM : 201410230311222
Fakultas/Jurusan : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :

Hubungan regulasi diri dan prokrastinasi tugas akhir pada mahasiswa

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan hak bebas royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Mengetahui

Malang, 15 April 2020

Ketua Program Studi

Yang menyatakan,

Susanti Prasetyaningrum, M.Psi

Devara Angki Diantha Raimon



KATA PENGANTAR

Penulis panjatkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Regulasi Diri dan Prokrastinasi Tugas Akhir pada Mahasiswa ” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih atas segala dukungan dan bantuannya kepada :

1. Bapak M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Dr. Nida Hasanati, M.Si selaku dosen Pembimbing I dan Ibu Uun Zulfiana, M. Psi selaku dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Diana Savitri, M.Psi selaku dosen wali yang telah banyak memberikan pengarahan dan motivasi sejak pertama kali menjadi mahasiswa hingga terselesaikannya skripsi ini
4. Orang tua, adik,kakek dan nenek yang selalu memberikan semangat melalui doa dan kasih sayangnya tak pernah terhenti
5. Subjek penelitian di Universitas Muhammadiyah Malang yang bersedia menjadi responden dalam mengerjakan instrumen dalam skripsi ini
6. Teman-teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah menyemangati untuk mengerjakan skripsi sampai selesai.
7. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya dari manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat diharapkan oleh penulis. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi pembaca pada umumnya.

Malang, 10 April 2020

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	6
DAFTAR ISI.....	7
DAFTAR TABEL	8
DAFTAR LAMPIRAN	9
Prokrastinasi	15
Regulasi diri	19
Aspek-aspek Regulasi diri	20
Hubungan Antara Regulasi diri Dengan Prokrastinasi.....	21
Kerangka Berpikir	23
Hipotesis.....	24
METODE PENELITIAN.....	24
Rancangan Penelitian	24
Subjek Penelitian.....	24
Variabel dan Instrumen Penelitian	24
Prosedur dan Analisa Data Penelitian	25
HASIL PENELITIAN.....	26
DISKUSI	29
SIMPULAN & IMPLIKASI	30
DAFTAR PUSTAKA.....	32

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indeks Validitas dan Reabilitas Skala Penelitian	25
Tabel 2. Diskripsi Subjek Penelitian	26
Tabel 3. Kategori Skor Subjek Variabel Regulasi diri	27
Tabel 4. Kategori Skor Subjek Variabel Prokrastinasi.....	27
Tabel 5. Hasil Analisis Hubungan Regulasi diri dan Prokrastinasi Pada Mahasiswa.....	28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Try out Regulasi diri dan Prokrastinasi	36
Lampiran 2. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Penelitian	40
Lampiran 3. Blue Print Regulasi diri dan Prokrastinasi	43
Lampiran 4. Analisa Korelasi Pearson	54
Lampiran 5. Data Tabulasi Excel	56



HUBUNGAN REGULASI DIRI DAN PROKRASTINASI TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA

Devara Angki Diantha Raimon
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
Devaraangki95@gmail.com

Kecenderungan dalam menunda penyelesaian skripsi dengan kegiatan lain yang tidak berguna dan menghambat itulah yang dinamakan prokrastinasi akademik. Salah satu sebab terjadinya prokrastinasi akademik adalah karena adanya permasalahan dalam pengaturan diri untuk merubah perilaku yang tidak sesuai yang dilakukan mahasiswa untuk menghindari skripsi yang dianggap tidak menyenangkan. Mahasiswa cenderung tidak melakukan regulasi diri dengan optimal. Regulasi diri yang dimaksud disini adalah kemampuan mengatur dan mengendalikan perilaku individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 125 orang mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, yang sedang menempuh skripsi > 6 bulan. Prokrastinasi akademik diukur dengan menggunakan skala adaptasi dari *Tuckman's Procrastination Scale* atau (TPS) dan variabel *Regulasi diri* dengan menggunakan skala adaptasi modifikasi dari Ottenbreit dan Dobson. Analisis data menggunakan *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *regulasi diri* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir dengan nilai koefisiensi $r = -0,256$, dengan signifikansi $p = 0,04 < 0,05$. Terdapat sumbangan efektif yang diberikan oleh regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik sebesar 5,8%.

Kata kunci : regulasi diri, prokrastinasi, mahasiswa tingkat akhir

Thesis with other activities that are not useful and useful called academic procrastination. One of the reasons for completing an academic procrastination is because there is a conflict within oneself for inappropriate changes made by students to avoid theses that are considered unpleasant. This self-regulation that is not appropriate is called self-regulation. The purpose of this study was to determine the relationship between self regulation and procrastination academic at the final student level. This research used quantitative correlational. The technique used to retrieve data is purposive sampling. The subjects in this study were 125 students of the University of Muhammadiyah Malang, who were taking a thesis > 6 months. Academic procrastination is verified using a modified adaptation scale from the Tuckman's Procrastination Scale (TPS) and self-regulation variables using adaptation scale from Ottenbreit and Dobson. Data analysis using product moment. The result showed a very significant negative relationship between self-regulation and procrastination academic in the final year student with coefficient $r = -0,256$ with a significance of $p = 0,04 < 0,05$. Obtained effectively given by the regulator itself to academic procrastination of 5,8%

Key words : self regulation, procrastination, final year students

Mahasiswa yang kini sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi seringkali dituntut untuk segera menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang sudah ditentukan. Tuntutan tersebut biasanya muncul dari orang tua yang ingin melihat putra – putrinya segera meraih gelar yang nantinya dapat mereka banggakan, tuntutan lainnya yaitu dari pihak akademik, dorongan dari teman, dosen dan dorongan dari dalam diri sendiri. Tuntutan, dorongan dan keinginan dari ini dapat mempengaruhi motivasi yang dimiliki oleh mahasiswa dalam memandang penyelesaian studi sesuai batas waktu yang telah ditentukan.

Dalam realita yang ada saat ini untuk segera dapat menyelesaikan masa studinya tidak semudah yang dibayangkan. Dalam memperoleh gelar sarjana mahasiswa harus mampu menyelesaikan tantangan yang berupa tugas-tugas akademik yang harus diselesaikannya. Dimana dalam hal ini mahasiswa sering sekali dihadapkan pada permasalahan dalam hal pengelolaan waktu dan disiplin waktu. mahasiswa seringkali berada dalam kepercayaan yang salah, mereka beranggapan memiliki cukup waktu untuk melakukan berbagai aktivitas dan banyak pula mahasiswa yang bekerja di bawah kondisi cepat dengan harapan mereka dapat memiliki waktu lebih dari jumlah waktu yang mereka miliki. Perilaku ini dalam bidang psikologi dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Prokrastinasi umumnya dipahami sebagai perilaku mala-daptive yang menghambat pengalaman akademis yang sukses. Sebagai kebijaksanaan konvensional menunjukkan, penundaan dihubungkan dengan berbagai perilaku akademis yang merugikan seperti hilang atau terlambat tugas, penurunan waktu persiapan tugas, dan menyerah belajar Sperling (2012)

Ferrari (2010) kecenderungan dalam menunda suatu pekerjaan yang diawali dengan memulai dan diakhiri dengan menyelesaikan yang biasanya melakukan kegiatan lain yang tidak berguna dan menghambat itulah yang dinamakan prokrastinasi . Dalam hal mengerjakan skripsi, prokrastinasi yang dilakukan ialah dimana mahasiswa cenderung untuk menunda-nunda dalam memulai atau segera menyelesaikan skripsi yang mereka tulis pada akhir masa studi guna memperoleh gelar sarjana.

Prokrastinasi adalah jenis dari anti motivasi (anti-motivation) yang berhubungan dengan rendahnya regulasi diri (*self-regulation*), efikasi diri, dan self-esteem dan berasosiasi dengan tingginya kecemasan serta stress sperling (2012).

Skripsi merupakan tugas akhir yang wajib diselesaikan mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjananya. Tetapi, kebanyakan mahasiswa justru tidak segera menyelesaikan tugas tersebut sehingga mengakibatkan mereka terlambat lulus. Dalam arti lain, skripsi disebut juga karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjanadi akhir masa studi mereka berdasarkan hasil penelitian, kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama. Darmono (2002).

Prokrastinasi pada area akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik banyak dilakukan oleh pelajar atau mahasiswa. Menyusun skripsi merupakan salah

satu area akademik yang penting karena menjadi salah satu syarat mahasiswa untuk mendapatkan gelar S1. Namun, hal ini tetap saja ditunda, Ursia (2013)

Berdasarkan pendapat yang diungkapkan Rumiani (2006), indikasi penundaan akademik adalah masa kuliah selama lebih dari waktu yang seharusnya (4 tahun). Masa kuliah yang semakin lama dapat membuat prokrastinasi semakin parah. Selain hal tersebut hampir 70% mahasiswa terdapat sebuah temuan dimana hampir 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi. diketahui mengenai prokrastinasi adalah adanya masalah yang dialami separuh masyarakat dan insan akademik. Bahkan sekitar 25 persen hingga 27 persen mahasiswa atau pelajar menyatakan prokrastinasi memang masalah dalam lingkup akademis mereka. Priska(2008)

Prokrastinasi pada dasarnya memberikan dampak yang tinggi pada kehidupan individu yang melakukannya, terutama ketika prokrastinasi tersebut seakan suatu hal yang terjadi secara konsisten serta berkelanjutan Gabriel (2015) menyatakan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi akan mengalami stres pada diri sendiri. Hal tersebut karena prokrastinasi menyebabkan individu tersebut tidak melakukan pekerjaan yang seharusnya mereka kerjakan pada saat itu. Dimana dalam hal ini prokrastinasi akan menyebabkan ketidakpuasan terhadap prokrastinator atas terbuangnya waktu hingga menimbulkan rasa frustrasi atau stres. Apabila seseorang bertanya pada prokrastinator terkait perkembangan tugas akhirnya (skripsi), akan sering melampiaskan emosinya.

Prokrastinasi akademik juga terjadi di kalangan mahasiswa di Indonesia. Penelitian yang dilakukan oleh Premadyasari (2012) menunjukkan bahwa 48,5 % dari 66 subjek mahasiswa salah satu Perguruan Tinggi di Sumatera Utara melakukan prokrastinasi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sholichatun(2011) di sebuah Perguruan Tinggi di Surabaya terdapat 95% dari angket yang disebarkan pada 60 subjek mahasiswa mengaku bahwa mereka pernah melakukan prokrastinasi. Alasan terbesar yang membuat mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi antara lain rasa malas mengerjakan tugas (42%) dan banyak tugas lain yang harus dilakukan (25%), serta sisanya dikarenakan hal-hal lain (28%).

Dampak dari prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa tingkat akhir bermacam-macam ada yang mengarah kepada stres akademik dikarenakan banyaknya tuntutan tugas akhir dan kegiatan lainnya, selain stres akademik juga berdampak kepada konformitas, control diri, maka dari itu mahasiswa juga harus melakukan pengaturan diri atau biasa yang disebut regulasi diri.

Regulasi diri ialah cara untuk memantau diri sendiri, mengendalikan stimulus lalu mengubah perilaku yang tidak sesuai. Dimana dalam hal ini ketika siswa meregulasi diri dalam belajar, mereka akan bisa *manage* tingkah laku serta pikiran mereka demi tercapainya tujuan akademis dalam hal belajar Atkinson (1993). juga mengungkapkan pendapat yang serupa, dimana menurut mereka seseorang yang mengatur diri ketika belajar akan mampu mengarahkan kegiatan belajar mereka secara mandiri guna tercapainya tujuan pembelajaran yang sebelumnya telah mereka tetapkan.

Mahasiswa yang memiliki kecenderungan untuk menunda dalam mengerjakan skripsi biasanya disebabkan oleh beberapa faktor misalnya ada mahasiswa yang diterima kerja pada lembaga atau instansi tertentu, sehingga mereka justru memilih untuk menunda pengerjaan tugas akhir mereka karena sulitnya untuk mengatur atau membagi waktu yang ada antara bekerja dan menyelesaikan tugas akhir. Hal tersebut dipandang sebagai sesuatu yang biasa di kalangan mahasiswa, namun banyak pula mahasiswa yang tak bekerja juga menunda pengerjaan tugas akhir mereka melalui beberapa alasan, salah satunya adalah faktor perkembangan zaman khususnya dalam dunia teknologi adalah game online, dalam hal ini berkaitan dengan prokrastinasi khairul (2015).

Masril (2011) dalam hasil penelitiannya menyatakan bahwa regulasi diri dapat memengaruhi seseorang untuk menyelesaikan proses pendidikan mereka. Dimana dalam hal ini regulasi diri mencakup beberapa kemampuan diantaranya kemampuan individu ketika mengikuti kegiatan belajar mengajar, dan dalam manajemen waktu mereka yang meliputi kegiatan belajar dan kegiatan lainnya. Regulasi diri juga didefinisikan sebagai kemampuan dalam menyiapkan diri untuk mengikuti ujian/tes. Karena itu jika kemampuan regulasi diri seorang individu tidak berkembang secara optimal, pencapaian tujuan yang ingin ia lakukan juga tidak akan tercapai secara optimal, sebaliknya, jika seorang individu mampu mengembangkan regulasi diri mereka secara optimal maka individu tersebut akan mencapai tujuan mereka secara optimal.

Prokrastinasi akademik yang paling sering dilakukan mahasiswa adalah dalam hal mengerjakan tugas paper atau laporan, belajar untuk persiapan ujian, dan membaca tugas mingguan. Ketiga area tersebut mengidentifikasi bahwa sebuah tugas harus dilihat sebagai sesuatu hal yang penting. Frekuensi penundaan yang dilakukan oleh mahasiswa akan mempengaruhi performa mereka dalam bidang akademik. Kemiripan dari ketiga tugas tersebut ialah dimana ketiga tugas tersebut menuntut adanya keterampilan dan beban waktu yang tinggi untuk dapat menuntaskannya. Hal ini sangat berbeda dengan kedua tugas lain yang diteliti oleh Solomon dan Rothblum (1984) dimana kedua tugas tersebut yaitu menyelesaikan tugas administrasi dan menemui dosen atau menghadiri kuliah. Ketiga tugas yang membutuhkan keterampilan dan beban waktu yang tinggi juga menuntut komitmen yang lebih tinggi untuk dapat menyelesaikan tugas tepat waktu secara berkualitas. Oleh karena itu, tidaklah mengherankan apabila individu dengan self-control rendah akan mudah untuk menunda pengerjaan tugas-tugas dengan tersebut (Ursia 2013).

Masril (2011) mengemukakan fenomena seperti mengerjakan tugas tidak tepat waktu dan terlambat dalam kegiatan akademik dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal dalam hal ini terkait dengan rendahnya kemampuan regulasi diri mahasiswa itu sendiri. Dimana dalam Masril (2011), regulasi diri dan *self awareness* menjadi fungsi eksekutif dari cara kerja otak manusia. Hal itu menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri adalah faktor kunci yang mempengaruhi keberhasilan setiap orang dari sejumlah variabel non-IQ.

Adapun fokus penelitian ini adalah menfokuskan pada perilaku prokrastinasi pada akademik khususnya dalam bidang menyelesaikan tugas akhir skripsi kebanyakan pada penelitian

sebelumnya masih kebanyakan tentang prokrastinasi akademik yang itu masih gambaran secara umum pada penelitian ini difokuskan dalam prokrastinasi akademik yang terfokus dalam pengerjaan tugas akhir skripsi. pada penelitian sebelumnya juga Penelitian mengenai prokrastinasi sudah pernah dilakukan perbedaan peneliti yang akan peneliti lakukan dengan peneliti sebelumnya adalah waktu penelitian, subjek penelitian, jumlah sampel penelitian dan lokasi penelitian.

Berdasarkan latar belakang tersebut Permasalahan dalam penelitian ini adalah ingin mengetahui bagaimana hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. Peneliti bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir jurusan psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. Sedangkan manfaat yang ingin dicapai dari penelitian ini secara teoritis hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan bacaan yang mengandung makna betapa pentingnya regulasi diri dalam prokrastinasi akademik, untuk praktisnya hasil dari Penelitian ini dapat memberikan pemahaman Bagi mahasiswa sebagai untuk bahan mengevaluasi diri sendiri mengenai pentingnya regulasi diri pengaturan diri sendiri terhadap prokrastinasi akademik terhadap tugas-tugas akademiknya sehingga mahasiswa tersebut tidak akan melakukan prokrastinasi akademik yang menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya.

Prokrastinasi

Tuckman (1991) mengatakan bahwa prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dan bahkan menghindari dari suatu tugas atau aktivitas yang sedang dihadapi yang dilakukan dibawah kendali atau secara sadar dilakukan individu tersebut. Selain itu, Solomon & Rothblum (1984) berpendapat bahwa prokrastinasi merupakan suatu perilaku pada individu yang cenderung untuk melakukan penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas atau kinerja secara keseluruhan dengan melakukan kativitas lain yang tidak memiliki kegunaan, sehingga menghambat kinerja, tidak mampu menyelesaikan tugas secara tepat waktu, serta sering terlambat pada saat menghadiri pertemuan-pertemuan. Penundaan tugas yang dilakukan dalam bidang akademik disebut sebagai prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi ialah penundaan suatu kegiatan yang diinginkan secara sengaja meskipun individu tersebut menyadari hal tersebut akan berdampak negatif. Menurut Ferrari(2010) definisi prokrastinasi dapat dilihat dari berbagai sudut pandang: 1). Prokrastinasi ialah menunda untuk mengerjakan tugas tanpa mempermasalahkan tujuan dan alasan penundaan, 2). Prokratinasi sebagai suatu kebiasaan yang mengarah kepada penundaan yang dilakukan dan merupakan respon yang menjadi ciri khas seseorang dalam menghadapi tugas dan biasanya disertai alasan yang tidak logis, 3). Prokratinasi sebagai kepribadian bukan sekedar perilaku menunda pekerjaan saja tetapi juga melibatkan struktur mental yang saling berhubungan.

Prokrastinasi akademik yang diadopsi dari bahasa latin *procrastinare*, yang memiliki sebuah arti menunda sampai hari selanjutnya Ferrari (2010). Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku menunda penyelesaian area tugas akademik, belajar untuk persiapan ujian, membaca, mengerjakan tugas akhir yang dilakukan penundaan secara jangka pendek maupun panjang menjelang deadline tugas tersebut Rumiani (2006). Dalam kajian ilmiah Psikologi, Aliya(2011) menjelaskan bahwa prokrastinasi adalah perilaku kurang disiplin dalam menggunakan waktu.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa prokrastinasi merupakan perilaku seseorang yang cenderung menunda ketika hendak menyelesaikan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya dengan lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang lain. Berhubungan dengan penyusunan skripsi, prokrastinasi dapat dilihat dari perilaku penundaan yang dilakukan oleh seseorang dalam mengerjakan skripsi yang merupakan tugas akhir sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar sarjana.

Indikator dan Faktor Prokrastinasi

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, dimana hal ini menyebabkan terjadinya prokrastinasi. Faktor eksternal yang dimaksud meliputi keterikatan peran dalam pola asuh yang dilakukan oleh orang tua serta keadaan sekitar lingkungan yang memiliki tingkat pengawasan yang kurang. Sedangkan faktor yang berperan dari dalam dapat meliputi kondisi luar fisik dan psikologis Aliya (2011).

Sedangkan beberapa aspek-aspek prokrastinasi dalam tugas menyelesaikan skripsi menurut Aliya (2011) dijabarkan sebagai berikut:

(a). menghambat untuk memulai ataupun segera menyelesaikan skripsi. Seluruh tanpa terkecuali mahasiswa memahami tugas-tugas dan kewajibannya akan mengerjakan skripsi dalam waktu pengerjaan yang telah ditentukan. Mahasiswa pelaku penundaan tugas akademik juga memahami bahwa mereka harus menyelesaikan skripsi, seringkali mereka cenderung untuk menunda dan terkadang mereka sibuk mencari alibi untuk mengelak. (b). Keterlambatan atau lamban dalam menyelesaikan tugas. Pelaku prokrastinasi tugas akhir skripsi pasti akan selalu cenderung membutuhkan beberapa waktu lebih lama dari yang dibutuhkan dalam penyelesaian tugas skripsi. Pelaku prokrastinasi menghabiskan waktu untuk mempersiapkan diri secara berlebihan. Selain itu pelaku prokrastinasi melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian skripsi tanpa menghitung keterbatasan waktu yang dimiliki. Hal inilah yang akan membuat mahasiswa tidak menyelesaikan skripsi secara maksimal. (c). Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja yang sebenarnya. Pelaku prokrastinasi cenderung mengalami keterlambatan dan kesulitan dalam memenuhi target yang telah ditetapkan sehingga keterlambatan akan sering dialami karena ia merasa waktu yang ditetapkan sangat singkat. (d). Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Pelaku prokrastinasi cenderung tidak menyelesaikan skripsinya secara sengaja. Ia lebih menggunakan

waktunya untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan misalnya hiburan. Bahkan pelaku prokrastinasi melakukan kegiatan yang sebenarnya hanya bentuk pelarian dari pengerjaan skripsi. Hal ini akan menghabiskan waktu yang ia miliki dalam menyelesaikan skripsi.

Menurut Tuckman (dalam Latfiah, 2018) terdapat tiga aspek prokrastinasi akademik, yakni: (1) Membuang waktu, adanya kecenderungan untuk membuang waktu dalam menyelesaikan tugas dengan sesuatu yang kurang penting yang bukan merupakan prioritas, (2) Penghindaran terhadap tugas, seseorang akan merasa keberatan ketika harus mengerjakan sesuatu yang tidak disenangi dan bahkan cenderung untuk menghindari sesuatu yang dianggap tidak menyenangkan tersebut jika memungkinkan, dan (3) Menyalahkan orang lain. Memiliki kecenderungan untuk melimpahkan kesalahan pada orang lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri terkait penundaan dalam mengerjakan tugas yang dilakukannya

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai prokrastinasi tugas akhir mahasiswa yaitu skripsi, aspek-aspek prokrastinasi yang dirujuk ialah menurut Schouwenberg. Menurut uraian diatas, dalam pengerjaan skripsi beberapa indikator prokrastinasi akademik yang termasuk ialah : 1) tidak melakukan atau mengerjakan tugas dengan sengaja; 2) terlambat mengerjakan tugas-tugas; 3) tidak selesai dalam penyelesaian tugas. Bahkan, pelaku prokrastinasi akan lebih memilih untuk mengulur-ulur waktu pengerjaan tugas sehingga tidak mampu mencapai target penyelesaian yang sudah ditentukan.

Menurut Ghufroon (2003) prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada tugas formal akademik, misalnya tugas sekolah / kuliah.. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik Prokrastinasi memiliki beberapa aspek, Tuckman (1991), membagi tiga aspek prokrastinasi, meliputi : a) Kecenderungan untuk menunda menyelesaikan tugas (A general self-description of the tendency to deal with things) merupakan kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal-hal lain yang kurang penting. b) Kecenderungan untuk menghindari ketidaknyamanan dan mengalami kesulitan dalam melakukan hal-hal yang tidak menyenangkan (A tendency to avoid unpleasantness and to have difficulty doing unpleasant things) yaitu kecenderungan untuk merasa keberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan. c) Kecenderungan untuk menyalahkan orang lain akan keadaan yang tidak menyenangkan yang dialami (A tendency to blame others for one's own predicaments) yakni kecenderungan menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditunda.

Sedangkan Priska (2007) menyatakan bahwa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prokrastinasi antara lain: (a). pesimis terhadap kemampuan diri. Pelaku prokrastinasi merasa dirinya belum mampu mengerjakan tugasnya. (b). Tipikal seseorang yang idealis. (d). Jenis kelamin. (e). Pandangan fatalistik. Lebih lanjut, Latviah (2018) mengemukakan bahwa

perilaku prokrastinasi terbentuk oleh beberapa hal lain diantaranya : perasaan cemas terhadap evaluasi yang nantinya ia peroleh, dan kesulitan dalam pengambilan keputusan. Selain itu, faktor seperti pemberontakan terhadap kontrol diri dari figur otoritas, tugas yang tidak terlalu menuntut, dan terlalu tingginya standar terkait kemampuan individu.

Ursia (2013) mengemukakan bahwa faktor yang berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal asalnya dari dalam diri, seperti kondisi psikologis dan keadaan fisik. Dalam kondisi psikologis hal yang paling menonjol adalah motivasi. Ketika individu memiliki motivasi yang rendah maka kecenderungan mereka untuk melakukan penundaan akan semakin tinggi. Kebugaran tubuh seorang individu juga berperan dalam munculnya perilaku ini. Misalnya ketika seseorang merasa letih dan kondisi tubuhnya tidak dalam keadaan yang bugar, individu tersebut akan cenderung memilih untuk menunda (prokrastinasi). Sementara faktor eksternal ialah faktor dari luar diri prokrastinator. Contohnya, kondisi lingkungan, cara orang tua mengasuhnya, dan terlalu banyaknya tugas yang menjadi tanggungannya. Lebih jauh Sholichatun (2013) menjelaskan secara rinci mengenai faktor internal dan eksternal yang menjadi faktor-faktor dilakukannya prokrastinasi, yaitu: (a). *Anxiety* atau kecemasan. Kecemasan pada akhirnya menjadi kekuatan yang berlawanan. Dimana dalam hal ini tugas-tugas yang diharapkan dapat diselesaikan namun ketika individu mengalami kecemasan maka individu tersebut cenderung untuk melakukan penundaan terhadap penyelesaian tugasnya. (b). *Self-Depreciation* atau pencelaan terhadap diri sendiri. Individu yang memiliki memandang rendah atas dirinya sendiri dan terbiasa menyalahkan dirinya apabila terjadi kesalahan serta merasa tidak percaya diri bahwa dirinya memiliki masa depan cerah. (c). *Low Discomfort Tolerance* atau toleransi yang rendah terhadap ketidaknyamanan. Adanya kesulitan pada tugas yang dikerjakan membuat seseorang sulit untuk menoleransi perasaan frustrasi dan cemas, akibatnya mereka menjauh dari tugas-tugas tersebut dan memilih mengerjakan tugas lain yang mampu mengurangi ketidaknyamanannya. (d). *Pleasure-seeking* didefinisikan sebagai pencari kesenangan. Individu yang mencari kenyamanan biasanya sulit keluar dari zona nyaman tersebut. (e). *Time Disorganization* atau sulit mengatur waktu / skala prioritas. Individu yang baik dalam pengaturan waktu dan mengetahui kemampuannya seberapa lama dapat menyelesaikan suatu pekerjaan. Dalam mengatur waktu beberapa orang kesulitan dalam halnya sulit untuk mengerjakan mana pekerjaan yang diutamakan terjadilah kebingungan karena individu tersebut belum tau harus memulai dari yang mana.

Regulasi diri

Atkinson (1993) mengemukakan bahwa, regulasi diri adalah cara untuk memantau perilaku diri sendiri, melalui pengendalian kondisi stimulus untuk memodifikasi perilaku yang tidak sesuai. Sebagai contoh ketika seorang siswa meregulasi diri dalam belajar, ia akan mampu untuk mengatur pikiran dan tingkah lakunya demi tercapainya tujuan akademis dalam pembelajaran. Hal serupa dinyatakan pula oleh Purdie, Hattie, dan Dauglas (1996) dimana

individu yang mampu meregulasi diri dalam belajar ia akan mampu dalam mengatur dan mengarahkan proses belajar secara mandiri, guna tercapainya tujuan pembelajaran yang telah ia tetapkan sebelumnya.

Menurut Zimmerman (2002), untuk memperoleh proses pembelajaran yang lebih efektif, siswa atau mahasiswa harus mampu melakukan regulasi diri, dimana ia bukan sekedar mengatur perilakunya, namun proses kognitif juga. Regulasi diri di dalam belajar memiliki beberapa aspek, diantaranya: Metakognisi, Motivasional, dan Perilaku. Adapun aktivitas yang termasuk metakognisi, meliputi: Penentuan tujuan, Penentuan rencana, Kontrol perhatian, Motivasi diri, Penggunaan strategi belajar yang fleksibel, *Monitoring* diri, Meminta bantuan orang lain, dan terakhir evaluasi diri. Aktivitas tersebut saling terkait satu sama lainnya dalam metakognisi.

Mahasiswa yang mampu melakukan regulasi diri dalam belajarnya mempunyai ciri-ciri tertentu. Lebih lanjut Zimmerman (2002) menjelaskan bahwa karakteristik regulasi diri, meliputi: a) Mengutamakan proses daripada hasil belajar, b) Adanya tujuan yang jelas dalam belajarnya, c) Menggunakan *self instruction* (instruksi diri) dalam proses pembelajaran, d) Memiliki minat yang besar dalam belajar, e) Melakukan evaluasi terhadap proses belajar yang dijalankan dan hasil yang didapat, f) Melakukan monitor pada diri mengenai kemampuan dan kekurangan yang dapat mempengaruhi belajar, g) Menggunakan cara yang sesuai (strategi, metode) dalam belajar, h) Dapat beradaptasi terhadap lingkungan belajar yang dihadapi beserta tugas-tugasnya. Tugas yang menuntut intelektualitas, dapat pula menimbulkan kesenangan dan kepuasan.

Berdasarkan beberapa pendapat sebelumnya, penulis dapat menyimpulkan komponen-komponen dalam regulasi diri yakni : penetapan *standard* (penetapan standar), *self observation* (pengamatan diri), *self judgment* (keputusan diri), dan *self reinforcement* (penguatan diri).

Aspek – Aspek Regulasi Diri

Taylor (2009) berpendapat agar dapat mengerti prinsip regulasi diri, terdapat lima aspek yang harus diperhatikan: (a) Memiliki penerapan konsep diri yang melakukan suatu pekerjaan. Maksudnya konsep diri seseorang yang sedang dimunculkan sejalan dengan keadaan tertentu. Konsep diri ini didasarkan pada konsep diri secara keseluruhan tetapi memandu perilaku sosial dalam keadaan spesifik, dan dalam satu waktunya dimodifikasi oleh berbagai hal yang terjadi dalam situasi tersebut. (b) Memiliki prinsip kompleksitas diri sendiri. Beberapa orang memandang diri mereka dengan didominasi oleh sejumlah cara, sedangkan beberapa orang lainnya melihat berdasarkan bermacam-macam kualitas. Jadi, sebagian orang memandang dirinya hanya dalam satu sudut pandang saja, dan sebagian yang lain bisa saja melihatnya dalam berbagai sudut pandang. (c.) Kecakapan diri dan kontrol personal psikolog. Jika seseorang mempercayai bahwa pengalaman diawali dengan keberhasilan atau kesuksesan maka

hal tersebut akan menyebabkan seseorang dapat mengembangkan konsep diri dengan cukup stabil dalam kehidupan yang berbeda-beda menurut Bandura (dalam Taylor, 2009). Secara umum, perasaan mampu melakukan sebuah hal akan membuat seseorang mampu mengatasi masalah, menyusun rencana, dan melakukan proses regulasi diri dengan baik. (d) Aktivasi dan penghindaran behavioral. Regulasi diri melibatkan keputusan mendasar mengenai kegiatan yang akan dilakukan dan yang harus dihindari. (e) Kesadaran diri seseorang. Dimana dalam hal ini seseorang mulai memikirkan dirinya bukan sebagai aktor dilingkungan, namun sebagai objek perhatian orang lain. Kesadaran diri menyebabkan individu mengevaluasi perilakunya berdasarkan standar dan melakukan proses penyesuaian untuk memenuhi standar.

Menurut Zimmerman (dalam Ormrod, 2008) menyatakan jika pemikiran dan tindakan diri kita berada dibawah kontrol kita, bukan dalam kontrol orang lain ataupun kondisi disekitar kita, kita merupakan individu yang memiliki kuasa penuh atas diri kita sendiri. Seseorang yang dikatakan memiliki regulasi diri adalah seseorang yang memiliki aspek sebagai berikut : (a) Menetapkan Standar dan tujuan sendiri. Sebagai manusia yang mengatur diri, kita cenderung memiliki standar yang umum bagi perilaku kita, standar ini adalah kriteria diri kita untuk dapat mengevaluasi kecakapan kita dalam situasi tertentu. Kita juga membuat tujuan tertentu yang dianggap memiliki nilai dan menjadi arah serta sasaran perilaku kita. Pemenuhan standar dan tujuan akan memberi kepuasan (*self-satisfaction*), meningkatkan *self – efficacy*, dan mendorong untuk meraih hasil yang lebih besar lagi (Bandura, dalam Ormrod (2008). (b) Kemampuan Memonitor Diri (*Self-monitoring*). Dalam hal ini kita memonitor atau mengamati diri sendiri pada saat mengerjakan sesuatu. Hal ini dilakukan supaya kita dapat mencapai tujuan-tujuan yang penting, dan kita sadar tentang seberapa baik pekerjaan yang sedang kita selesaikan. Pemantauan diri sendiri (*self monitoring*) dalam kedepannya lebih baik mengacu pada aspek yang dilakukan penekanan pemantauan pada perilaku seseorang yang dilakukan sadar Schunk & Zimmerman (2008). Dengan menggunakan pencatatan seberapa besar frekuensinya. (C). Penilaian atau pengukuran terhadap diri sendiri yang disebut evaluasi diri yang memperhatikan diri atas kinerja yang dilakukan sebelumnya dan sekarang dengan memperhatikan kinerja yang dicatat dan diberi standart oleh dirinya sendiri.

Schunk (2012) terdapat 3 proses yang ada pada regulasi diri. (A). Pemantauan diri sendiri (*self monitoring*) yang berfokus terhadap sejumlah aspek perilaku seseorang dan dilakukan pencatatan frekuensinya. Seseorang tidak dapat melakukan pengaturan perilaku mereka apabila mereka tidak sadar sedang melakukan apa. Pemantauan yang dilakukan akan menyadarkan seseorang agar bisa mengevaluasi memperbaiki tindakan tersebut. (B). Pengajaran Diri (*Self instruction*) berfokus pada pembuatan stimulus yang berfungsi sebagai pengatur respon yang menghasilkan pada pelaksanaan Schunk (2012). (C). penguatan diri (*self reinforcement*) focus terhadap proses dimana seorang individu memaksakan diri terhadap respon yang diinginkan sehingga respon di masadepan meningkat.

Berdasarkan beberapa pendapat tentang aspek regulasi diri, peneliti menggunakan aspek-aspek yang disampaikan oleh Zimmerman (dalam Ormrod, 2008) yaitu : standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri, memonitor diri sendiri (*self-monitoring*), evaluasi diri, dan

konsekuensi yang ditetapkan sendiri. Ketika didalam diri individu terdapat keempat aspek tersebut maka individu tersebut dikatakan mempunyai regulasi diri yang baik, sedangkan ketika individu tidak memiliki keempat tersebut maka individu tersebut tidak mempunyai regulasi diri yang baik.

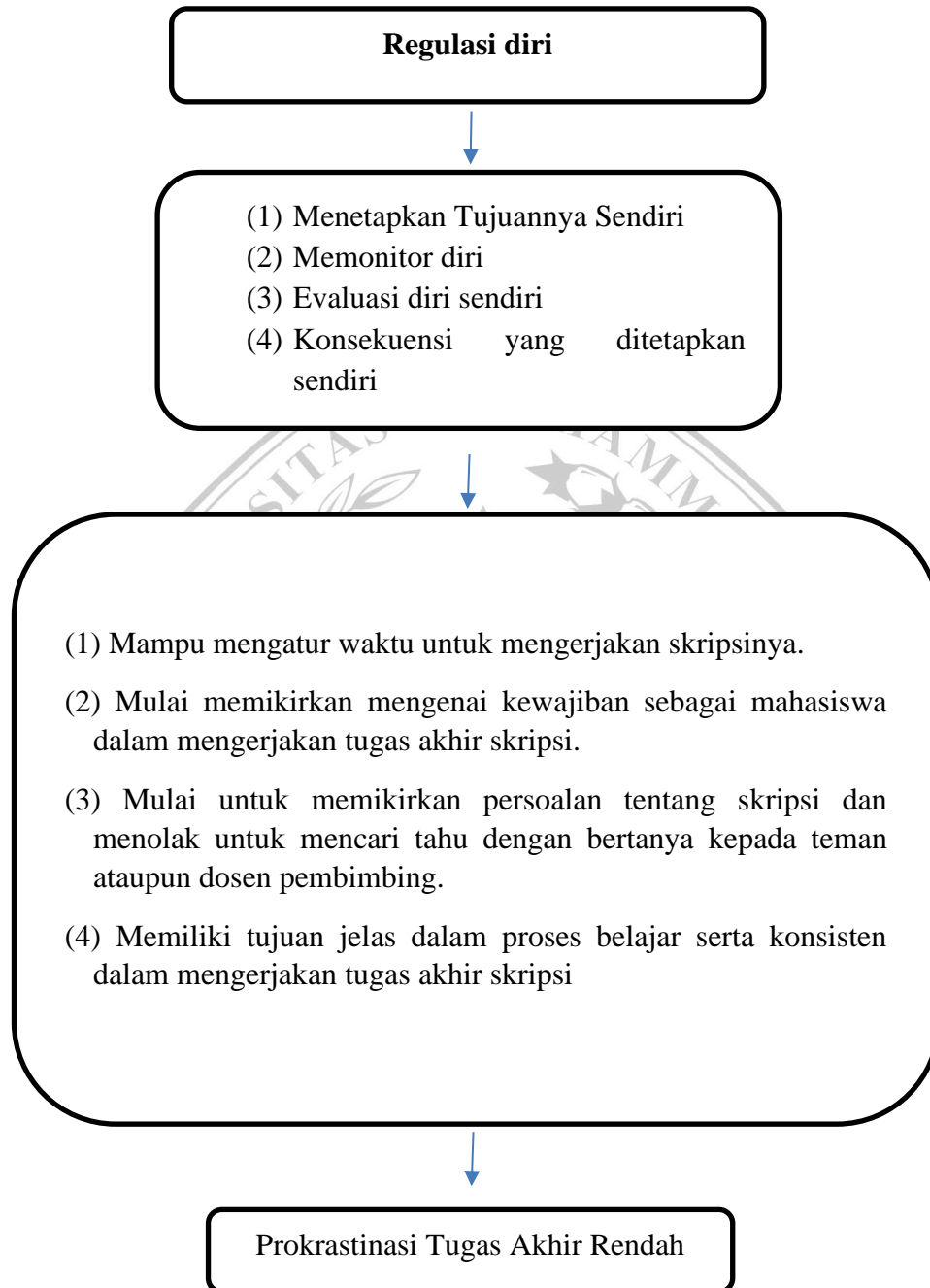
Hubungan Regulasi diri dan Prokrastinasi

Perilaku prokrastinasi disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang menyebabkan prokrastinasi adalah kelelahan dan waktu yang terbagi. Faktor ini seringkali menimbulkan kecendrungan untuk menunda pekerjaan mereka. Rumiani (2006) menyatakan bahwa prokrastinasi yang dilakukan oleh orang dewasa umumnya dikarenakan banyaknya kegiatan yang dikerjakan. Dapat disimpulkan semakin banyak kegiatan yang dikerjakan maka mereka akan cenderung untuk melakukan prokrastinasi. Menunda dalam penyelesaian tugas membuat seseorang kehilangan kesempatan dan peluang untuk mendapat hal yang diinginkan.

penyebab prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa adalah pengawasan yang kurang dari diri sendiri dalam hal membagi waktu mengerjakan tugas dengan kegiatan lain. Dimana dalam hal ini kemampuan dalam hal mengontrol, mengatur, merencanakan, mengarahkan dan memonitor perilaku mereka guna mencapai tujuan dengan menggunakan strategi tertentu dengan melibatkan unsur kognitif, fisik, emosional, motivasi dan sosial disebut dengan regulasi diri. Menurut Ghufroon (2010) mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri tinggi cenderung memiliki prokrastinasi akademik yang rendah dan sebaliknya mahasiswa yang memiliki tingkat regulasi diri rendah cenderung memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Dengan pembahasan diatas peneliti dapat memberikan pemahaman bahwa dampak yang bisa ditimbulkan prokrastinasi tugas akhir dapat berdampak negative. Prokrastinasi dapat menimbulkan beberapa kerugian terhadap penundaan tugas yang menyebabkan tugas tersebut belum terselesaikan ataupun penyelesaian tugas kurang maksimal hasilnya karena pengerjaannya terburu oleh waktu deadline. Rasa cemas yang ditimbulkan akan berdampak pada konsentrasi yang berdampak terhadap motivasi belajar dan kepercayaan diri yang kurang, dengan demikian dibutuhkanlah regulasi diri untuk mengimbangi prokrastinasi tersebut, yakni dengan regulasi diri yang baik tentu akan dapat menekan prokrastinasi tersebut menjadi rendah

Kerangka Pemikiran



Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah Terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dan prokrastinasi akademik dalam bidang pengerjaan tugas akhir (skripsi) bilamana self regulasi yang dilakukan mahasiswa dalam mengerjakan tugas akhir skripsi maka prokrastinasi akademiknya dalam pengerjaan tugas akhir akan rendah begitu pula dengan sebaliknya bila self regulasi rendah maka prokrastinasi akademik pengerjaan tugas akhir mahasiswa akan tinggi juga.

METODOLOGI PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif korelasional. Pendekatan ini dilakukan guna mengidentifikasi tingkat hubungan dua variabel tanpa dilakukan perubahan, manipulasi atau tambahan pada data yang telah ada. Sugiyono (2014). Dalam penelitian ini dilakukan pengkajian terhadap hubungan regulasi diri dan prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Malang. Adapun variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah regulasi diri sebagai variabel bebas (X) dan prokrastinasi sebagai variabel terikat (Y).

Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir jurusan psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. Jumlah subjek penelitian ini adalah 125 orang penentuan subjek dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dalam teknik ini, siapa yang akan diambil sebagai anggota sampel diserahkan pada pertimbangan yang sesuai dengan kriteria penelitian pengumpulan data yang menurut peneliti sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian Moleong (2012). Karena peneliti membutuhkan narasumber yang mendukung penyelesaian penelitian ini. Adapun kriteria subyek dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Adalah mahasiswa tingkat akhir
2. Jurusan Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
3. Sedang melakukan dan menyusun tugas akhir (Skripsi) lebih dari 6 bulan

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel, yakni variabel terikat (Y) dan variabel bebas (X). Variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah prokrastinasi dan variabel bebas (X) pada penelitian ini adalah regulasi diri.

Pengertian Prokrastinasi akademik merupakan sebuah perilaku menunda untuk menyelesaikan suatu tugas yang tidak disenangi atau dianggap memberikan tekanan yang dilakukan secara berulang-ulang atau terus menerus hingga batas waktu yang telah ditentukan untuk menyelesaikan tugas. Dalam penelitian ini penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dimaksudkan adalah penyelesaian tugas akhir atau skripsi yang dilakukan oleh mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Malang. Prokrastinasi akademik diukur dengan

skala adaptasi modifikasi dari *Tuckman's Procrastination Scale* atau (TPS) yang disusun berdasarkan tiga aspek menurut Tuckman (1990) yang telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia dan diadaptasi oleh Latfiah (2018) kemudian diadaptasi kembali oleh Putri (2018) . Tiga aspek prokrastinasi akademik menurut Tuckman (dalam Latfiah, 2018), yaitu Membuang waktu, Penghindaran terhadap tugas, dan Menyalahkan orang lain. Instrumen yang digunakan untuk penelitian ini diadaptasi dan dimodifikasi dari skala yang disusun oleh putri (2018) yang berjumlah 19 item dengan nilai reliabilitas 0,867 dan nilai validitas 0,318 - 0,671 . Skala pengukuran terdiri dari empat pilihan jawaban, yakni Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS)..

Regulasi diri merupakan suatu proses atau suatu tindakan yang dilakukan secara sistematis berkaitan dengan niat guna tercapainya suatu tujuan pribadi, dalam konteks ini adalah terkait kontrol untuk tugas akhir oleh mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Malang. Skala yang akan digunakan untuk mengukur variabel regulasi diri adalah skala adaptasi modifikasi yang disusun oleh Ottenbreit & Dobson (2004) yang telah di *try out* Khairul A.W (2015). Item dalam skala ini 32 item dengan nilai reliabilitas 0,834 dan nilai validitas 0,409 – 0,741. Dengan sebuah pernyataan dengan lima pilihan jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), N (Netral) , TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai). Skala ini terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Dimana bobot penilaian untuk pernyataan *favorable* SS = 5, S = 4 N= 3, TS = 2, STS = 1. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* yaitu : SS = 1, S = 2,N= 3 , TS = 4, STS = 5.

Tabel 1. Indeks Validitas dan Indeks Reliabilitas Skala Penelitian Try out

Skala	Indeks Validitas	Indeks Reliabilitas	Jumlah Item	Item Gugur	Item Valid
Regulasi diri	0,352 - 0,718	0,895	32 item	4 item	28 item
Prokrastinasi	0,281 - 0,571	0,820	19 item	4 item	15 item

Prosedur Penelitian

Prosedur yang dilakukan peneliti adalah pertama peneliti melakukan pengumpulan data, dalam hal ini peneliti menggunakan dua teknik pengumpulan data yaitu quisioner dan dokumentasi. Quisioner disebarkan kepada subjek penelitian yang telah ditentukan oleh peneliti, dengan tema merujuk pada fokus penelitian yaitu hubungan regulasi diri dan prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir. Dalam penelitian ini, peneliti mengadaptasi dan memodifikasi skala prokrastinasi yang disusun oleh Putri (2018) yang diperoleh dari Tuckman (1990), dan skala regulasi diri dari Ottenbreit dan Dobson (2004) yang telah disusun oleh Khairul (2015). Selanjutnya, peneliti melakukan *try out* dilakukan pada tanggal 25 Agustus- 30 Agustus dengan melibatkan subjek Mahasiswa UMM untuk mencari validitas dan reliabilitas skala. Setelah pengumpulan data peneliti kemudian menjabarkan data tersebut.

Penyajian data ini peneliti peroleh dari penyebaran quisioner kepada responden, setelah itu peneliti menggolongkan atau mebedakan dalam beberapa pembahasan yang sesuai dengan tema penelitian. Setelah dilakukan pengumpulan dan penyajian data, peneliti akan membuat kesimpulan yang merupakan bagian akhir dari penelitian. Kesimpulan didapat berdasarkan pernyataan informan yang kemudian peneliti bandingkan dengan hasil pengamaan melalui literatur dari berbagai refrensi yang berhubungan dengan penelitian yakni hubungan regulasi diri dan prokastinasi pada mahasiswa tingkat akhir. Data-data yang telah diperoleh kemudian diinput dan diolah dengan menggunakan program perhitungan statistik SPSS 25 dengan menggunakan analisis uji korelasi *product moment* Pearson untuk menguji hubungan antara variable X (bebas) dan variabel Y (terikat) Arifin (2017).



HASIL PENELITIAN

Setelah melakukan penelitian kepada 125 mahasiswa yang sedang memprogram skripsi (mahasiswa tingkat akhir), didapatkan data pada tabel berikut. Tabel tersebut menjelaskan karakter subjek secara rinci.

Tabel 2. Deskripsi Subjek Penelitian

Variabel	Frekuensi	Persentase
Tahun Angkatan		
2013	10	8%
2014	61	49%
2015	54	43%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	67	54%
Perempuan	58	46%
Lama Pengerjaan Skripsi		
< 12 Bulan	52	42%
> 12 Bulan	73	58%

Berdasarkan dari tabel diatas diketahui bahwa total subjek dalam penelitian ini adalah 125 mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dengan rincian tahun angkatan, jenis kelamin dan lama pengerjaan skripsi. pada tahun angkatan didapatkan tahun angkatan 2013 sebanyak 10 subjek, pada angkatan tahun 2014 sebanyak 61 subjek dan angkatan tahun 2015 sebanyak 54 subjek. Berdasarkan jenis kelamin didapatkan subjek berjenis kelamin Laki-laki berjumlah 67 subjek sedangkan subjek berjenis kelamin Perempuan berjumlah 58

Tabel 3. Kategori Skor Subjek Variabel Regulasi diri

Berdasarkan tabel 3 diatas, perhitungan skor variabel *Self regulation* dari total subjek 125 terdapat subjek dalam kategori rendah dengan jumlah 8 subjek dengan nilai persentase sebesar 6,4 %, subjek dalam kategori sedang sebanyak 114 subjek dengan nilai persentase 91,2 % dan yang terakhir subjek dalam kategori tinggi sebanyak 3 subjek dengan nilai persentase 2,4 %.tinggi sebanyak 3 subjek dengan nilai persentase 2,4 %.

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	8	6,4 %
Sedang	114	91,2 %
Tinggi	3	2,4 %
TOTAL	125	100 %

Tabel 4. Kategori Skor Subjek Variabel Prokrastinasi

Berdasarkan tabel 4 diatas, perhitungan skor variabel Prokrastinasi dari total subjek 125 terdapat subjek dalam kategori rendah dengan jumlah 7 subjek dengan nilai persentase sebesar 5,6 %, subjek dalam kategori sedang sebanyak 110 subjek dengan nilai persentase 88 % dan yang terakhir subjek dalam kategori tinggi sebanyak 8 subjek dengan nilai persentase 6,4 %.

Hasil Uji Normalitas

Setelah dilakukan analisa peneliti melkukan uji normalitas data untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data dengan menggunakan *Kolmogorov-smirnov*. Hasil uji normalitas Sig. (2-tailed) sebesar 200. Hal ini dapat dikatakan data berdistribusi normal karena nilai

Kategori	Frekuensi	Persentase
----------	-----------	------------

Sig.> 0,05.

Tabel 5. Hasil Analisis Hubungan Regulasi diri dan Prokrastinasi Pada Mahasiswa

Rendah	7	5,6 %
Sedang	110	88 %
Tinggi	8	6,4 %
TOTAL	125	100 %

Berdasarkan hasil perhitungan statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa nilai koefisien korelasi antara Prokrastinasi akademik dan Regulasi diri adalah sebesar $r = -0,256$ ($p = 0,04 < 0,05$) dengan arah negatif. Artinya, jika skor Prokrastinasi semakin tinggi, maka skor regulasi diri akan semakin rendah, begitu pula sebaliknya. Adanya hubungan negatif antara prokrastinsi akademik dengan regulasi diri, maka hipotesis diterima, dengan kata lain terdapat hubungan yang signifikan antara Prokrastinasi dengan regulasi diri pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang. determinasi, $r^2 = 0,058$ atau 5,8%. dan 94,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Korelasi yang terjadi bersifat negatif hal ini menjawab hipotesis dari penelitian ini.



DISKUSI

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji korelasi produk momen pearson, didapatkan hasil yaitu adanya pengaruh negatif yang diperoleh pada regulasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir .Dengan kata lain jika mahasiswa memiliki regulasi diri yang tinggi maka prokrastinasi akademik pada mahasiswa akan rendah begitu pula sebaliknya. Hasil yang didapatkan pada penelitian yang dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir tersebut didapatkan koefisien yang negatif. Hasil tersebut menjawab hipotesis dalam penelitian ini, yang mana hipotesis diterima yaitu hubungan negatif. Dimana jika mahasiswa tersebut memiliki regulasi diri yang tinggi maka mahasiswa tersebut melakukan prokrastinasi akademik pengerjaan tugas akhir skripsi yang rendah begitupun sebaliknya.

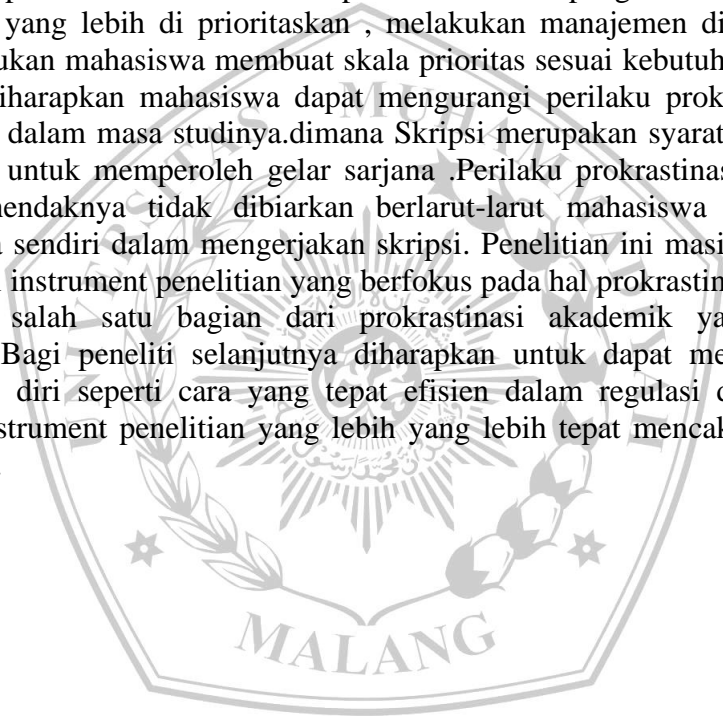
Menurut Yuli (2014) individu dengan memiliki regulasi diri yang tinggi cenderung mampu belajar lebih baik dalam penyelesaiannya , mampu memantau serta mengevaluasi dan mengatur belajarnya secara tepat, individu tersebut juga mampu mengatur efisiensi waktunya yang digunakan untuk belajar serta pola belajarnya sehingga mendapatkan nilai memuaskan dalam sains, dipengaruhi pula beberapa faktor yaitu internal dari individu tersebut dan eksternal. Mahasiswa yang mandiri ketika mengerjakan tugas mereka dapat dilihat dari keterlibatannya dalam terhadap tugas, karena ketika mereka mempunyai keinginan melibatkan diri dalam tugas mereka akan mampu membentuk kemandiriannya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang berhubungan negative antar kedua variabel jika semakin tinggi Regulasi diri maka akan semakin rendah prokrastinasi akademik pengerjaan tugas akhir skripsinya.

Pada saat individu merasa terbebani ketika harus mengatur dirinya sendiri dalam suatu tugas yang tidak kunjung selesai yang kemudian akan berpengaruh terhadap penundaan tugas akademik , individu cenderung akan memilih untuk menghindari maupun lepas tanggung jawab terhadap tugas tugas akademiknya. Menurut Ghufro dan Risnawita (2010) prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk menunda dalam memulai dan menyelesaikan pekerjaan atau tugas, yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang hingga memunculkan perasaan tidak nyaman.

Dari 125 subjek Mahasiswa angkatan tahun 2013, 2014 dan 2015 dalam penelitian ini, 58% diantaranya mengerjakan skripsi selama > 1 tahun, dan 42% mengerjakan < 1 tahun .Berdasarkan perhitungan skala regulasi diri paling banyak mahasiswa melakukan regulasi diri adalah sedang dengan hasil 91,2% sisanya adalah tinggi dan rendah . hal ini menunjukkan cukup banyak mahasiswa yang masih kurang maksimal maupun biasa saja dalam kesadaran dalam tujuan hidupnya untuk regulasi diri. Yuli (2014) menjelaskan regulasi diri merupakan derajat metakognisi, motivasional, dan perilaku mahasiswa dalam proses belajar guna mencapai tujuan belajar. Fungsi utama regulasi diri untuk mencapai beberapa tujuan pembelajaran adalah metakognisi. Metakognisi mengacu terhadap pengetahuan, Tingkat kesadaran, dan kontrol pada kognisi. Tiga tahapan inilah bisa meningkatkan kegiatan regulasi diri dari metakognisi perencanaan, pengawasan, dan regulasi.

Berdasarkan perhitungan pada skala prokrastinasi akademik, terdapat mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik 6,4 % tinggi, 88% sedang & 5,6% rendah, Hal ini tidak dapat disepelekan mengingat dampak-dampak yang dapat ditimbulkan dari perilaku prokrastinasi akademik apabila terus-menerus dilakukan oleh mahasiswa dalam jangka panjang, baik pada saat menghadapi tugas skripsi maupun kelak dalam dunia kerja. Solomon & Rothblum (1984) berpendapat bahwa dampak-dampak yang dapat ditimbulkan dari prokrastinasi akademik, seperti diantaranya tidak maksimal dalam penyelesaian tugas, timbul kecemasan akibat dikejar waktu, menimbulkan harga diri yang rendah, timbul rasa tertekan, menurunnya motivasi, stres, bahkan waktu penyelesaian studi yang tertunda.

Pada umumnya tugas akhir skripsi maupun tugas-tugas akademik bukanlah sesuatu beban atau hambatan apabila mahasiswa mampu melakukan pengontrolan dirinya sendiri mengetahui mana yang lebih di prioritaskan, melakukan manajemen diri membagi waktu bahkan jika diperlukan mahasiswa membuat skala prioritas sesuai kebutuhan masing-masing dengan cara ini diharapkan mahasiswa dapat mengurangi perilaku prokrastinasi akademik yang menghambat dalam masa studinya. Dimana Skripsi merupakan syarat untuk lulus dalam dunia perkuliahan untuk memperoleh gelar sarjana. Perilaku prokrastinasi akademik dalam diri mahasiswa hendaknya tidak dibiarkan berlarut-larut mahasiswa harus bisa dalam pengaturan dirinya sendiri dalam mengerjakan skripsi. Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan seperti instrument penelitian yang berfokus pada hal prokrastinasi tugas akhir saja yang merupakan salah satu bagian dari prokrastinasi akademik yang terdapat pada pembahasan teori. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat meneliti lebih dalam mengenai regulasi diri seperti cara yang tepat efisien dalam regulasi diri dan bisa lebih memperhatikan instrument penelitian yang lebih yang lebih tepat mencakup dalam variabel penelitian tersebut.



SIMPULAN & IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan , diperoleh hasil terdapat hubungan negative yang signifikan antara kedua variabel yaitu regulasi diri dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Malang .Itu berarti, Semakin tinggi mahasiswa tersebut memiliki regulasi diri maka prokrastinasi akademik pengerjaan tugas akhir skripsinya yang dilakukan akan semakin rendah.

Implikasi dari penelitian ini adalah mahasiswa yang melakukan penundaan tugas-tugas akademiknya maka akan berpengaruh terhadap lama masa studinya.jika mahasiswa tersebut memiliki pengaturan diri yang baik mulai dari pemantauan diri sendiri, membagi waktu serta memprioritaskan yang utama secara langsung dapat pengaruh terhadap penundaan tugas mahasiswa tersebut.Penelitian ini dilakukan agar bisa menjadi ataupun memberikan pemahaman terhadap mahasiswa tingkat akhir khususnya dalam penyelesaian tugas akhir (skripsi) supaya dapat segera menyelesaikan studinya. Maka dari itu Sebagai Mahasiswa hendaknya memiliki kesadaran tentang pentingnya dalam regulasi diri mengatur dirinya sendiri .selain itu , diharapkan bagi instansi-instansi yang terlibat dalam proses pendidikan mahasiswa untuk kiranya menyediakan fasilitas pendukung seperti mengadakan seminar mengenai regulasi diri yang baik dan benar sesuai prosedur yang berlaku , sekiranya bisa menjadi sebuah solusi bagi mahasiswa yang memiliki regulasi diri rendah dan memberikan edukasi ataupun tambahan ilmu yang bermanfaat untuk diterapkan dalam kehidupannya.

Saran untuk peneliti selanjutnya agar lebih memerhatikan instrument penelitian yang digunakan serta memerhatikan kriteria subjek agar data yang diperoleh lebih akurat dan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, R. (2016). Hubungan Konformitas Dengan Prokrastinasi Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Tidak Bekerja Di Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda. *eJurnal*. Volume 4, Nomer 3 Tahun 2016.
- Aliya Noor, Aini & Iranita Hervi Mahardayani. (2001). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Arifin,J (2017). *Spss 24 untuk penelitian dan skripsi*.Jakarta: PT.Elex Media Komputindo.
- Atkinson. (1993). *Pengantar Psikologi*. PT Erlangga. Jakarta
- Darmono, A & Hasan, A. 2002. *Menyelesaikan Skripsi Dalam Satu Semester*. Jakarta: Grasindo.
- Ferrari, J.R. (2010). *Still Procrastinating: The No Regrets Guide to Getting It Done*. New York: Turner Publishing Company.
- Ghufron, M.N. (2003) Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik. *Skripsi* . Yogyakarta : Fakultas Psikologi, Universitas Gajah Mada.
- Ghufron, M. N, dan Risnawita.R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Arruss Media
- Khairul A.W. (2015). Hubungan self efficacy dan Self Regulasi Dengan Perencanaan Karir Pada Mahasiswa Semester 8 Universitas Negeri Semarang. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Latfiah,V. (2018). Hubungan conscientiousness dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Masril. (2011). *Konseling Regulasi-Diri Berbasis Teori Pilihan. Prosiding, Seminar dan Workshop Internasional*. Bandung: UPI.
- Mayasari, M, D. Mustami'ah, D.; & Warni, W. E. (2010). Hubungan antara Persepsi Mahasiswa terhadap Metode Pengajaran Dosen dengan Kecenderungan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya (Online). *Jurnal Insan*, 12(2), 95-103, journal.unair.ac.id/filerPDF/4-12_2.pdf, diakses 19 September 2018, pukul 18.25.
- Moleong, Lexy J. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung : PT Remaja. Rosdakarya.

- Nela Regar U & dkk. (2013). Prokastinasi akademik dan self control pada mahasiswa skripsi fakultas psikologi universitas Surabaya. Fakultas psikologi universitas Surabaya. *Jurnal* Vol. 17 No.1
- Ormrod, J.E. (2008). *Psikologi Pendidikan Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Premadyasari, D. (2012). Prokrastinasi dan Task Aversiveness Tugas Makalah pada Mahasiswa Fakultas Psikologi. Universitas Surabaya (Online). *Jurnal*. Calyptra, 1(1), 1-16, <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/articledetail/viewFile/6/4>, diakses 19 September 2018, pukul 18.20.
- Priska Devi A. (2007). Prokrastinasi pada Mahasiswa Dalam Penyelesaian Skripsi. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma
- Putri, S.A.E (2018). Hubungan Antara Avoidance coping Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. Vol 3 (2), 37-48
- Setiawan, G.O. (2015). "Hubungan Antara Stress Akademik Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi di Universitas Kristen Satya Wacana". *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Kristen Satya Wacana. Salatiga.
- Seung W.P., & Rayne, A.S. (2012). Academic procrastinator and regulasi diri. Department of Educational and School Psychology and Special Education, *Journal*. The Pennsylvania State University, University Park, USA. Vol. 3. No.1.
- Sholichatun, F. (2013). Penerapan Strategi Self Manajemen untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 1 Sukomoro Nganjuk Tahun Ajaran 2012-2013. *Jurnal BK UNESA*, Vol 2, No 1, (Online)
- Solomon, L.J. & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioural correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Taylor, Shelley E., Peplau, Letitia Anne., Sears, David O. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana Prenada Group.
- Tuckman, B.W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Journal Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480.
- Yemima Husetiya. (2010). *Hubungan Asertivitas dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang (on-line)*.

Yuli Azmi,R. (2014). Hubungan regulasi diri dengan self determination (studi mahasiswa aktif semester genap 2013/2014,ipk $\leq 2,75$, fakultas psikologi universitas x Jakarta. *Jurnal psikologi* vol.12, no.2

Zimmerman, B.J. (2002). *Achieving Self -Regulation: The Trial and Triumph of Adolescence*.

In Pajares, F., & Urdan, T. (2002). *Adolescence and Education*. 2, hlm 122-142. Academic Motivation of Adolescence. Greenwich: Information Age Publishing





LAMPIRAN I

Skala *try out* regulasi diri dan prokrastinasi

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya membuat standar untuk mengevaluasi perilaku saya sehari – hari					
2	Saya tidak pernah memperhatikan perilaku – perilaku saya dalam mencapai tujuan saya					
3	Untuk melihat kemampuan saya disuatu pekerjaan, saya mengevaluasinya dengan standar yang saya buat sendiri					
4	Saya kurang mampu memperhatikan perilaku saya sehingga sering melupakan rencana yang sudah dibuat sebelumnya					
5	Saya mencatat kegiatan yang harus saya lakukan setiap hari					
6	Saya merasa kurang mampu membuat standar kriteria untuk mengevaluasi kinerja saya					
7	Saya memantau sendiri perilaku saya dalam mencapai setiap tujuan yang saya buat					
8	Teman – teman saya selalu mengevaluasi perilaku saya, sehingga saya tidak perlu membuat standar evaluasi sendiri					
9	Saya sadar perilaku saya sudah sesuai dengan rencana yang saya buat sebelumnya					
10	Saya tidak bisa menilai apakah perilaku saya sudah sesuai dengan harapan saya					
11	Dalam berperilaku, saya merasa sudah sesuai dengan tujuan yang saya inginkan					
12	Saya memberikan penguatan sendiri terhadap setiap keberhasilan yang saya capai					
13	Saya merasa bersalah bila tidak bisa menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya					
14	Saya tidak pernah memberikan hadiah kepada diri saya ketika berhasil mencapai suatu hal					
15	Saya mampu memberikan penilaian terhadap perilaku yang saya lakukan sehari – hari					
16	Saya merasa kurang memberikan motivasi kepada diri saya sendiri					

17	Menunda acara berlibur saya merupakan salah satu hukuman saat tugas saya belum selesai					
18	Ketika saya bisa melakukan suatu pekerjaan tertentu, saya lebih memotivasi diri saya untuk mencapai yang lebih baik dari sebelumnya					
19	Saya membuat target – target untuk menuntun perilaku saya					
20	Apa yang ingin saya lakukan, ya saya lakukan					
21	Tujuan – tujuan yang saya buat membantu dalam mengarahkan tingkah laku saya sehari – hari					
22	Saya tetap bersenang – senang walaupun saya tidak berhasil menyelesaikan pekerjaan dengan baik					
23	Saya tidak mampu menilai progres dari kinerja saya					
24	Saya tetap membeli barang yang saya inginkan walaupun tugas – tugas saya belum selesai					
25	Saya menganggap kehidupan ini mengalir saja seperti air					
26	Saya mampu menilai progres kinerja saya					
27	Saya tidak mampu membuat target pencapaian tujuan dengan matang					
28	Saya tidak bisa menilai kualitas dari kinerja saya					
29	Ketika melakukan suatu pekerjaan tertentu, saya sering tidak menyadari kalau membuat kesalahan					
30	Saya merasa kinerja saya sudah bagus dalam mencapai tujuan – tujuan saya					
31	Jika saya melakukan kesalahan, saya menyadarinya dan mencoba untuk memperbaikinya					
32	Saya minta tolong kepada teman untuk menegur saya jika lupa terhadap suatu pekerjaan yang sudah saya rencanakan sebelumnya					

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menunda menyelesaikan Skripsi meskipun sangat penting.				
2	Ketika saya punya batas waktu untuk mengumpulkan revisi Skripsi, saya lebih sering menunggu H-1 untuk mengerjakan dan menyelesaikan revisinya.				
3	Saya sering merasakan keragu-raguan pada saat memulai mengerjakan Skripsi.				
4	Saya terus meningkatkan kebiasaan untuk menunda menyelesaikan Skripsi.				
5	Saya sulit mengontrol diri untuk tidak membuang waktu.				
6	Saya mengerjakan sesuai dengan target waktu yang ditentukan				
7	Saya bisa berjanji pada diri sendiri agar dapat mengurangi kebiasaan menunda-nunda menyelesaikan Skripsi.				
8	Saya selalu mengerjakan Skripsi dengan waktu luang yang saya miliki.				
9	Sekarang saya adalah pembuang waktu dan saya tidak bisa berbuat apa-apa untuk mengatasinya				
10	Rasa kesal ketika tidak bisa menyelesaikan Skripsi tidak membuat saya segera mengerjakan dan menyelesaikannya.				
11	Walaupun ada tugas Skripsi yang harus saya kerjakan, saya masih sibuk dengan hal lain.				
12	Ketika mendapatkan tugas yang saya anggap kurang penting, saya tidak mengerjakannya.				
13	Belajar membuat saya bosan.				
14	Ketika tugas Skripsi menjadi terlalu sulit untuk diselesaikan, saya menunda mengerjakannya.				
15	Saya percaya bahwa apapun yang terjadi, seseorang harus tetap bekerja keras				
16	Saya selalu berhasil menemukan alasan untuk menunda mengerjakan Skripsi.				
17	Saya menganggap orang lainlah yang membuat saya melakukan hal-hal yang tidak baik dan hal sulit menjadi lebih sulit.				
18	Mengerjakan skripsi dengan orang lain membuat saya terlambat dalam menyelesaikan skripsi				
19	Bagi saya tidak ada alasan untuk tidak mengerjakan dan menyelesaikan skripsi				

LAMPIRAN II

Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

Output *Try out* skala regulasi diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	48	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	48	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.895	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item 1	92.38	147.644	.443	.892
Item 2	92.04	146.679	.555	.890
Item 3	92.25	146.617	.490	.891
Item 4	92.48	141.574	.699	.886
Item 5	92.56	147.613	.366	.894
Item 6	92.54	144.168	.547	.890
Item 7	91.88	149.218	.418	.892
Item 8	92.17	143.291	.564	.889
Item 9	92.54	149.360	.399	.893
Item 10	92.38	144.197	.548	.890
Item 12	91.60	153.436	.247	.895
Item 13	92.60	148.329	.297	.896
Item 15	92.56	141.826	.586	.889
Item 16	91.52	151.191	.309	.894
Item 17	91.83	150.142	.412	.893
Item 18	91.73	148.329	.604	.890
Item 19	91.96	150.211	.367	.893
Item 21	92.23	145.670	.519	.890
Item 22	92.29	148.296	.354	.894
Item 23	92.38	147.899	.326	.895
Item 24	92.04	145.828	.559	.890
Item 25	92.13	143.005	.706	.887
Item 26	92.35	148.531	.383	.893
Item 27	92.77	147.797	.384	.893

Item 29	91.56	151.741	.321	.894
Item 30	92.38	147.899	.326	.895
Item 31	92.04	145.828	.559	.890
Item 32	92.13	143.005	.706	.887

Output *Try Out* skala prokrastinasi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	50	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.820	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item 1	32.38	24.200	.638	.795
Item 2	32.20	25.469	.530	.804
Item 3	31.88	27.659	.146	.826
Item 4	32.46	25.233	.576	.801
Item 6	32.70	24.745	.478	.806
Item 7	32.48	26.336	.328	.816
Item 8	32.82	23.130	.538	.802
Item 11	32.60	25.102	.422	.811
Item 12	32.68	24.957	.581	.800
Item 13	32.62	26.281	.363	.814
Item 14	32.18	27.457	.142	.828
Item 15	32.96	23.835	.574	.799
Item 17	32.94	26.302	.361	.814
Item 18	32.90	26.051	.434	.810
Item 19	32.80	25.837	.464	.808

LAMPIRAN III

Blue Print skala regulasi diri dan prokrastinasi

Blue Print Self-Regulation

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1	Standar dan tujuan yang ditetapkan sendiri	- Mampu membuat standar evaluasi	1,3	6,8	4
		- Mampu menentukan tujuan sebagai arah perilaku	19,21	25,27	4
2	Memonitor diri (<i>self-monitoring</i>)	- Mampu memantau perilaku sendiri dalam mencapai tujuan	5,7	2,4	4
		- Memiliki kesadaran terhadap tindakan yang dilakukan	9,31	29,32	4
3	Evaluasi diri	- Mampu menilai perilaku sendiri dalam mencapai tujuan	11,15	10,20	4
		- Mampu menilai kinerja dalam mencapai tujuan	26,30	23,28	4
4	Konsekuensi – konsekuensi yang ditetapkan sendiri	- Memberikan penguatan ketika mencapai tujuan	12,18	14,16	4
		- Memberikan hukuman ketika tidak memenuhi standar dan tujuan	13,17	22,24	4
Jumlah			16	16	32

NB: item yang berwarna merah adalah item yang gugur

Blue Print Skala Prokrastinasi

No	Indikator	Item				Jumlah
1	Membuang waktu	<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		11
		1	Saya menunda menyelesaikan Skripsi meskipun sangat penting	6	Saya tepat waktu terhadap pengerjaan Skripsi	
		2	Ketika saya punya batas waktu untuk mengumpulkan revisi Skripsi, saya lebih sering menunggu H-1 untuk mengerjakan dan menyelesaikan revisinya	7	Saya bisa berjanji pada diri sendiri agar dapat mengurangi kebiasaan menunda- nunda	
		3	Saya sering merasakan keragu-raguan pada saat memulai mengerjakan Skripsi	8	Saya selalu mengerjakan skripsi dengan waktu luang yang saya miliki	
		4	Saya terus meningkatkan kebiasaan untuk menunda menyelesaikan Skripsi	9	Sekarang saya adalah pembuang waktu dan saya tidak bisa berbuat apa-apa untuk mengatasinya	
		5	Saya seorang pembuang waktu yang tidak dapat diatasi	-	-	
		10	Rasa kesal ketika tidak bisa menyelesaikan Skripsi tidak membuat saya segera mengerjakan dan menyelesaikannya	-	-	
		11	Walaupun ada tugas Skripsi yang harus saya kerjakan, saya	-	-	

			masih sibuk dengan hal lain			
2	Penghindaran terhadap tugas	12	Ketika mendapatkan tugas yang saya anggap kurang penting, saya tidak mengerjakannya	15	Saya percaya bahwa apapun yang terjadi, seseorang harus tetap bekerja keras	4
		13	Belajar membuat saya bosan	-	-	
		14	Ketika tugas Skripsi menjadi terlalu sulit untuk diselesaikan, saya menunda mengerjakannya	-	-	
3	Menyalahkan orang lain	16	Saya selalu berhasil menemukan alasan untuk menunda mengerjakan skripsi	19	Bagi saya tidak ada alasan untuk tidak mengerjakan dan menyelesaikan Skripsi	4
		17	Saya menganggap orang lainlah yang membuat saya melakukan hal-hal yang tidak baik dan hal sulit menjadi lebih sulit	-	-	
		18	Mengerjakan skripsi dengan orang lain membuat saya terlambat dalam menyelesaikan Skripsi	-	-	

NB: item yang berwarna merah adalah item yang gugur

SKALA PENELITIAN



Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Malang

Assalammu'alaikum, Wr,Wb.

Dengan hormat,

Saya Devara Angki Diantha Raimon , dari Fakultas Psikologi Universtas Muhammadiyah Malang. Saat ini melakukan penelitian guna penyelesaian skripsi. Oleh karena itu Saya meminta kesediaan saudara/i untuk mengisi angket ini secara jujur sesuai dengan kondisi yang saudara rasakan. Saudara tidak perlu ragu dalam menjawab setiap pernyataan dengan jujur, Saya menjamin kerahasiaan dari setiap jawaban saudara. Saya berharap saudara dapat membantu kelancaran penelitian ini.

Atas bantuan dan kerjasama Saudara saya ucapkan terimakasih.

Wassalammu'alaikum, Wr.Wb.

Bagian I: Identitas Responden

Nama/inisial :

Jenis Kelamin :

Tahun Angkatan :

Lama pengerjaan skripsi :

PETUNJUK PENGISIAN SKALA I

Pada skala I terdapat 28 pernyataan. Bacalah dan pahami baik – baik setiap pernyataan. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia di kanan dari setiap pernyataan berdasarkan pada kondisi anda yang sebenarnya. Berikan tanda (√) pada salah satu alternatif jawaban. Berikut pilihan jawaban yang tersedia:

- SS : Sangat Sesuai
- S : Sesuai
- N : Netral
- TS : Tidak Sesuai
- STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh Pengisian Skala:

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya mampu mengatur perilaku saya dengan baik		√			

Bila anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda (=) pada jawaban anda sebelumnya dan berikan tanda (√) pada alternatif jawaban yang menjadi pilihan anda.

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya mampu mengatur perilaku saya dengan baik		√=		√	

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya membuat standar untuk mengevaluasi perilaku saya sehari – hari					
2	Saya tidak pernah memperhatikan perilaku – perilaku saya dalam mencapai tujuan saya					
3	Untuk melihat kemampuan saya disuatu pekerjaan, saya mengevaluasinya dengan standar yang saya buat sendiri					

4	Saya kurang mampu memperhatikan perilaku saya sehingga sering melupakan rencana yang sudah dibuat sebelumnya					
5	Saya mencatat kegiatan yang harus saya lakukan setiap hari					
6	Saya merasa kurang mampu membuat standar kriteria untuk mengevaluasi kinerja saya					
7	Saya memantau sendiri perilaku saya dalam mencapai setiap tujuan yang saya buat					
8	Teman – teman saya selalu mengevaluasi perilaku saya, sehingga saya tidak perlu membuat standar evaluasi sendiri					
9	Saya sadar perilaku saya sudah sesuai dengan rencana yang saya buat sebelumnya					
10	Saya tidak bisa menilai apakah perilaku saya sudah sesuai dengan harapan saya					
11	Saya memberikan penguatan sendiri terhadap setiap keberhasilan yang saya capai					
12	Saya merasa bersalah bila tidak bisa menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya					
13	Saya mampu memberikan penilaian terhadap perilaku yang saya lakukan sehari – hari					
14	Saya merasa kurang memberikan motivasi kepada diri sendiri					
15	Menunda acara berlibur saya merupakan salah satu hukuman saat tugas saya belum selesai					
16	Ketika saya bisa melakukan suatu pekerjaan tertentu, saya lebih memotivasi diri saya untuk mencapai yang lebih baik dari sebelumnya					
17	Saya membuat target – target untuk menuntun perilaku saya					
18	Tujuan – tujuan yang saya buat membantu dalam mengarahkan tingkah laku saya sehari – hari					

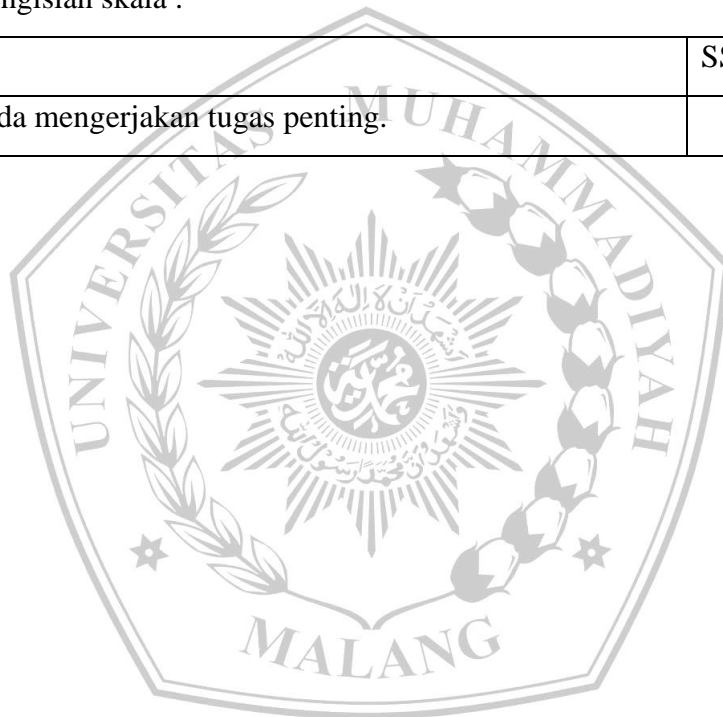
19	Saya tetap bersenang – senang walaupun saya tidak berhasil menyelesaikan pekerjaan dengan baik					
20	Saya tidak mampu menilai progres dari kinerja saya					
21	Saya tetap membeli barang yang saya inginkan walaupun tugas – tugas saya belum selesai					
22	Saya menganggap kehidupan ini mengalir saja seperti air					
23	Saya mampu menilai progress kinerja saya					
24	Saya tidak mampu membuat target pencapaian tujuan dengan matang					
25	Ketika melakukan suatu pekerjaan tertentu, saya sering tidak menyadari kalau membuat kesalahan					
26	Saya merasa kinerja saya sudah bagus dalam mencapai tujuan – tujuan saya					
27	Jika saya melakukan kesalahan, saya menyadarinya dan mencoba untuk memperbaikinya					
28	Saya minta tolong kepada teman untuk menegur saya jika lupa terhadap suatu pekerjaan yang sudah saya rencanakan sebelumnya					

PETUNJUK PENGISIAN :

Beri tanda centang (✓) pada pernyataan yang menurut anda paling sesuai mendeskripsikan diri anda. Setiap pernyataan memiliki empat pilihan jawaban, yaitu:

- SS = Sangat Setuju
- S = Setuju
- TS = Tidak Setuju
- STS = Sangat Tidak Setuju
- Contoh pengisian skala :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Saya menunda mengerjakan tugas penting.			✓	



Skala II

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menunda menyelesaikan Skripsi meskipun sangat penting.				
2	Ketika saya punya batas waktu untuk mengumpulkan revisi Skripsi, saya lebih sering menunggu H-1 untuk mengerjakan dan menyelesaikan revisinya.				
3	Saya sering merasakan keragu-raguan pada saat memulai mengerjakan Skripsi.				
4	Saya terus meningkatkan kebiasaan untuk menunda menyelesaikan Skripsi.				
5	Saya mengerjakan sesuai dengan target waktu yang ditentukan				
6	Saya bisa berjanji pada diri sendiri agar dapat mengurangi kebiasaan menunda-nunda menyelesaikan Skripsi.				
7	Saya selalu mengerjakan Skripsi dengan waktu luang yang saya miliki				
8	Walaupun ada tugas Skripsi yang harus saya kerjakan, saya masih sibuk dengan hal lain				
9	Ketika mendapatkan tugas yang saya anggap kurang penting, saya tidak mengerjakannya				
10	Belajar membuat saya bosan				
11	Ketika tugas Skripsi menjadi terlalu sulit untuk diselesaikan, saya menunda mengerjakannya.				
12	Saya percaya bahwa apapun yang terjadi, seseorang harus tetap bekerja keras				
13	Saya menganggap orang lainlah yang membuat saya melakukan hal-hal yang tidak baik dan hal sulit menjadi lebih sulit.				
14	Mengerjakan skripsi dengan orang lain membuat saya terlambat dalam menyelesaikan skripsi				
15	Bagi saya tidak ada alasan untuk tidak mengerjakan dan menyelesaikan skripsi				

LAMPIRAN IV

Analisa Korelasi Pearson

Correlations

		Regulasi diri	Prokrastinasi Akademik
Regulasi diri	Pearson Correlation	1	-.256**
	Sig. (2-tailed)		.004
	N	125	125
Prokrastinasi	Pearson Correlation	-.256**	1
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	125	125

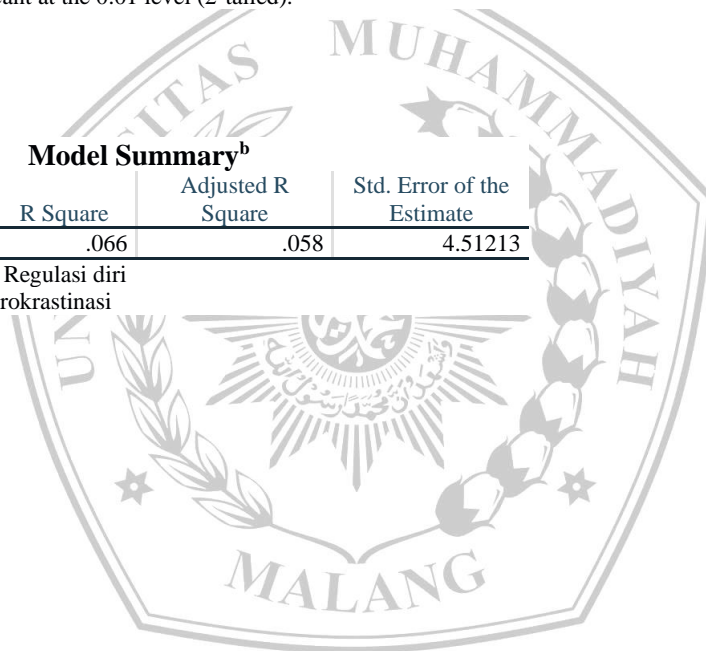
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.256 ^a	.066	.058	4.51213

a. Predictors: (Constant), Regulasi diri

b. Dependent Variable: Prokrastinasi



Regulasi diri

Regulasi diri

49

Prokrastinasi Akademik

NO	NAMA	JK	Skala Prokrastinasi Akademik TAHUN ANGKATAN	LAMA PEN	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	JUMLAH
1	NR	P	2015 12 Bulan	4	3	4	4	3	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	40
2	WAP	P	2015 8 Bulan	3	4	4	4	3	4	1	2	2	3	3	3	1	1	2	38	
3	AC	L	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	2	1	2	2	1	1	1	36	
4	FD	L	2014 18 Bulan	4	2	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	1	2	2	37	
5	RDA	P	2013 16 Bulan	4	4	4	4	4	4	1	3	3	2	2	3	2	2	2	43	
6	SW	P	2015 8 Bulan	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	2	4	2	2	2	42	
7	DK	L	2013 18 Bulan	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	40	
8	EW	L	2013 22 Bulan	4	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	37	
9	WH	P	2015 6 Bulan	3	3	4	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	38	
10	LPA	L	2014 18 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	3	2	2	3	2	1	1	42	
11	NR	P	2015 9 Bulan	3	4	4	3	3	3	2	1	2	4	3	4	1	1	2	39	
12	SH	P	2015 8 Bulan	3	4	3	3	4	2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	36	
13	KC	L	2014 18 Bulan	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	1	1	2	38	
14	AN	L	2014 18 Bulan	4	3	4	4	4	4	2	1	2	2	2	3	1	3	2	39	
15	MP	L	2014 18 Bulan	3	3	4	4	3	2	2	1	1	4	3	1	1	1	1	32	
16	DM	L	2014 18 Bulan	3	3	4	4	3	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	32	
17	AZ	L	2014 18 Bulan	3	4	3	4	4	4	1	3	4	3	3	4	2	1	2	43	
18	LC	L	2014 12 Bulan	4	4	4	4	3	2	1	1	1	1	4	2	2	2	2	37	
19	ADM	P	2014 16 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	3	2	2	4	2	2	2	43	
20	PA	P	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	46	
21	ADA	P	2014 12 Bulan	3	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	40	
22	AYU	P	2014 18 Bulan	4	3	3	4	4	4	2	1	2	2	2	3	1	2	2	37	
23	Novi	P	2015 8 Bulan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	38	
24	IA	P	2014 12 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	1	1	1	4	2	1	1	1	42	
25	ADE	L	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	3	4	2	3	4	1	3	2	45	
26	SISI	L	2015 8 Bulan	3	4	4	4	3	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	37	
27	MO	L	2014 18 Bulan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	44	
28	IK	L	2015 8 Bulan	1	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	42	
29	LR	P	2014 18 Bulan	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	2	3	42	
30	CITRA	P	2015 9 Bulan	3	3	4	3	4	3	3	1	2	2	2	3	2	3	2	40	
31	NO	L	2014 12 Bulan	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	44	
32	NH	P	2013 22 Bulan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	45	
33	DP	P	2014 18 Bulan	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	1	2	2	36	
34	NK	L	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	44	
35	RO	L	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	45	
36	BM	L	2015 8 Bulan	4	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	46	
37	NOVA	P	2015 8 Bulan	4	3	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	46	
38	RL	P	2014 18 Bulan	4	3	3	4	4	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	42	
39	SA	P	2014 20 Bulan	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	44	
40	ANA	P	2014 18 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	44	
41	MA	L	2015 9 Bulan	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	43	
42	LUK	P	2014 18 Bulan	4	3	3	4	4	4	3	2	2	2	2	3	1	2	2	38	
43	RE	P	2015 9 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	43	
44	ZN	L	2014 12 Bulan	4	3	4	4	4	4	3	1	2	2	2	3	2	2	2	40	
45	CK	L	2014 12 Bulan	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	44	
46	BC	L	2014 18 Bulan	4	4	4	3	2	4	4	4	2	2	3	3	3	2	1	42	
47	SV	L	2014 18 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	2	3	1	2	2	39	
48	AF	P	2015 8 Bulan	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	2	3	1	2	2	42	
49	DE	P	2015 8 Bulan	4	3	3	4	4	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	42	
50	HP	L	2014 12 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	44	
51	UR	P	2015 9 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	44	
52	OS	P	2015 8 Bulan	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	2	3	1	1	2	37	
53	VR	P	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	40	
54	HF	P	2014 18 Bulan	4	3	3	4	4	4	2	1	2	2	2	3	1	2	2	37	
55	SR	L	2013 16 Bulan	4	1	3	4	4	4	2	1	2	2	2	3	2	2	3	38	
56	HS	P	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	41	
57	CM	L	2013 18 Bulan	4	3	3	3	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	39	
58	WCO	L	2013 22 Bulan	4	3	4	4	4	4	2	1	3	2	2	3	2	2	1	39	
59	RR	P	2015 6 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	2	42	
60	LS	P	2014 18 Bulan	2	3	4	3	3	3	2	4	4	4	3	4	1	2	2	40	
61	RH	L	2015 12 Bulan	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	1	2	2	40	
62	SA	L	2015 8 Bulan	4	3	4	3	3	3	1	2	2	2	2	3	1	2	2	36	
63	GM	P	2014 18 Bulan	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	1	1	2	2	40	
64	WV	L	2014 18 Bulan	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	36	
65	EL	L	2014 18 Bulan	3	4	3	2	3	2	2	1	1	1	4	1	1	1	1	30	
66	NIM	L	2014 18 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	1	2	1	1	1	35	
67	AN	P	2014 18 Bulan	4	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	1	1	2	2	40	
68	ELA	P	2014 12 Bulan	4	4	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	29	
69	AI	P	2014 16 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	2	42	
70	IS	P	2015 8 Bulan	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	39	
71	MMF	L	2014 12 Bulan	4	4	4	3	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	2	39	
72	YE	P	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	42	
73	DE	P	2014 12 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	44	
74	NA	L	2015 8 Bulan	4	4	4	3	3	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	30	
75	GSH	L	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	44	
76	FN	L	2014 18 Bulan	3	3	4	3	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	34	
77	AR	L	2015 8 Bulan	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	46	
78	AG	P	2014 18 Bulan	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	47		
79	BS	P	2015 9 Bulan	3	3	3	4	3	3	2	1	4	2	2	3	3	3	2	41	
80	OTS	L	2014 12 Bulan	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	39	
81	MVA	L	2013 22 Bulan	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	44	
82	NAS	P	2014 18 Bulan	4	3	4	4	4	4	3	1	2	2	3	2	2	2	2	40	
83	NVL	P	2015 8 Bulan	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	2	3	2	2	2	47	
84	IA	L	2015 8 Bulan	4	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	46	
85	NA	L	2015 8 Bulan	3	4	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	41	
86	NY	P	2015 8 Bulan	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	39	
87	RYN	L	2014 18 Bulan	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	1	2	43	
88	NVP	P	2014 20 Bulan	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	44	
89	ST	P	2014 18 Bulan	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	44	
90	AT	L	2015 9 Bulan	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	41	
91	DI	L	2014 18 Bulan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	42	
92	DH	L	2015 9 Bulan	3	4	3	3													



**LABORATORIUM FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUBAMMADIYAIJ MALANG**

Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang 65144 Telp. 0341-464318

SURAT KETERANGAN

No: E.6.a/125/Lab-Psi/UMM/IV/2020

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan dibawah ini Tim Divisi Psikometri Laboratorium Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini:

Nama : Devara Angki D R
NIM : 201410230311222
Dosen Pembimbing : 1) Dr. Nida Hasanati, M Si
2) Uun Zulfianq M.Psi

Yang bersangkutan telah melakukan :

1. Cek Plagiasi.

Hasil: Lulus/Rerhadme

Dengan keterangan sebagai berikut:

No	Judul Skripsi	Batas Maksimal	Hasil
1	Hubungan Self Regulation dan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir	25%	12%

Demikian surat keterangan ini dibuat imtuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamii 'alaikum Wr. Wb.

Malang, 7 April 2020
Petugas Cek

Navy Tri Indah Sari